

홍천신문

2021년 11월 (제90호)

건강한 노후 · 활기찬 노후 · 일하는 노후 · 행복한 노후

발행처 홍천군노인복지관
 발행인 자월스님
 주소 강원도 홍천군·읍 태학여내길 80-3
 전화 033-430-8700 FAX 033-430-8790
 홈페이지 www.hcknowin.org/

복지관 소식 1

1·3세대 공익광고 프로젝트 ‘힙하게노소(老少)’



◇홍천군노인복지관 가곡반과 두촌중학교 밴드부가 공익광고 프로젝트 ‘힙하게노소’를 찍고 있다.

홍천군노인복지관에서는 지역문화플랫폼 1·3세대 공익광고 프로젝트 ‘힙하게노소(老少)’를 진행하였다. 이번 지역문화플랫폼은 문화체육관광부와 한국문화예술교육진흥원, 한국노인종합복지관 협회에서 주최하며 홍천군노인복지관에서 주관하였다.

이번 지역문화플랫폼 힙하게노소는 1세대(홍천군노인복지관 가곡반)와 3세대(두촌중학교 밴드부)가 힘을 합쳐 공익광고를 찍는 프로젝트로 진행되었다.

10회기 동안 상호간에 게임과 1세대 3세대를 어떻게 생각하는지에 대한 인터뷰, 소품을 통하여 친밀감을 쌓은 후 공익광고를 ‘스마트 폰 중독’으로 정하였다. 작곡이 끝난 곡을 토대로 작사를 직접 진행하였다.

1세대와 3세대가 스마트폰 중독에 대한 내용으로 서로가 서로에게 하고 싶은 말을 적는 과정을 통하여 가사가 완성되었다.

프로젝트에 참여한 청소년은 “노인이라고 하면 대화가 잘 안통하고 답답할 것이라고만 생각했는데 이번 프로젝트 참여를 통하여 노인과 대화가 잘 통하고 이야기를 잘 들어주셔서 노인에 대한 인식이 긍정적으로 바뀌었다”라고 후기를 전했다.

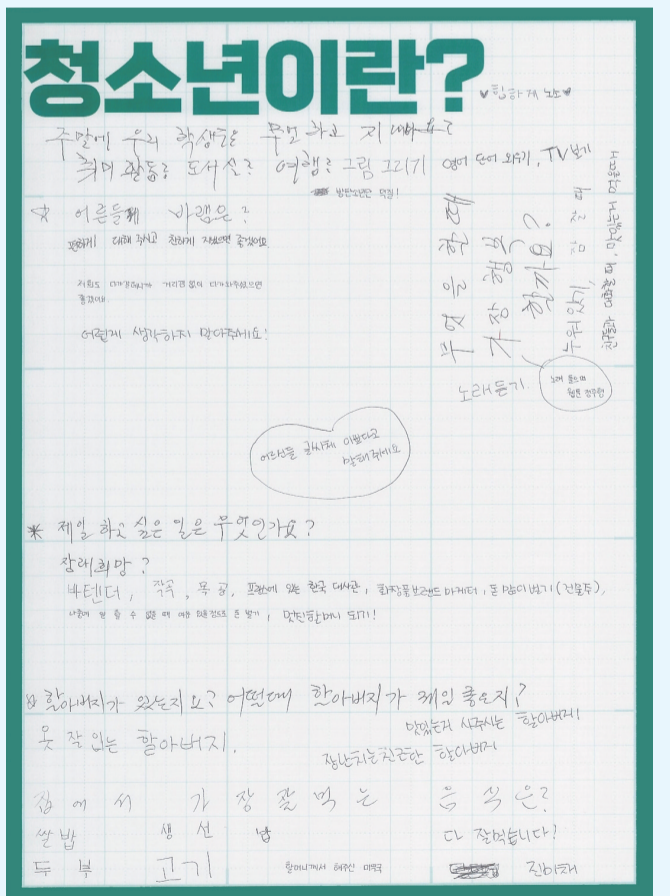
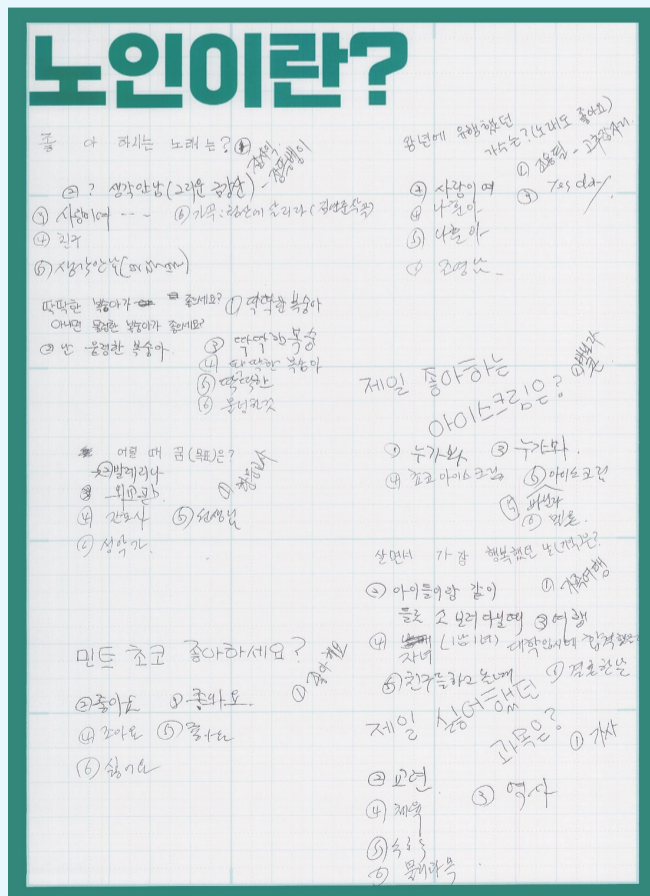
또한, 프로젝트에 참여한 어르신들도 “청소년들은 자유분방하며 세대차이로 서로간에 다른 의견이 좁혀지지 않을 것이라고 생각했는데 예상외로

청소년들이 자신의 의견을 논리적이고 적극적으로 제시하며 무엇보다도 자유분방하여 젊은 분위기를 얻어 기분이 매우 좋았다.

1세대와 3세대가 어울려서 함께 할 수 있는 프로그램이 더욱 많이 생겨나면 좋겠다”라며 후기를

전하였다.

이번 힙하게노소 프로젝트의 완성본인 뮤직비디오는 홍천군노인복지관 유튜브와 홍천군 유튜브에서 확인할 수 있다.



CONTENTS

- 02 - 지역소식 : 홍천읍여성의용소방대
- 05 - 지역탐방 : 홍천군 내면 고랭지채소
- 08 - 복지관 소식 2
- 03 - 기관탐방 : 고혈압·당뇨병 등록교육센터
- 06 - 인물탐방 : 이형주 홍천노인지회장
- 08 - 인생칼럼
- 04 - 4차 산업혁명에서 살아남기
- 07 - 홍천강 길따라, 맛따라



후원계좌 : 국민은행 313501-04-161305 농협 301-0084-3440-11 우체국 200238-01-006584

※보내주신 후원금(물품)은 기부금공제법 제 25조에 의하여 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

사회복지법인월정사복지재단
 홍천군노인복지관

홍천읍여성의용소방대의 활약상



◇홍천읍여성의용소방대원들의 독거노인을 위한 사랑의 김장봉사 활동



◇소방관련 업무설명을 듣는 홍천읍여성의용소방대원들



◇박홍숙 회장

홍천읍여성의용소방대는 오랜 시간이 흐르면서 날로 변창하고 있는 가운데 現) 회장(박홍숙)이 2011년 3월에 입대하여 2018년까지 홍천읍여성의용소방대 총무부장으로 열과 성을 다하다가 소방대장으로 막중한 중책을 맡게 되어 사회적 소외계층에 대한 봉사 외 소방안전 캠페인을 지속적으로 실시할 계획이다. 또한, 화재관련 각종 예방활동에 앞장서는 안전지킴이로 활동하면서 긍지와 자부심을 가지고 임할 계획이며 특히, 홍천읍여성의용소방대의 단합과 홍천군 지역주민의 생명과 재산보호 그리고 안전을 위하여 최선을 다하겠다는 포부를 전달했다.

홍천읍여성의용소방대의 내실을 다지고 더욱 활기찬 홍천읍여성의용소방대가 될 수 있도록 대원들과 함께 고민할 것이며 지역사회에 꼭 필요한 단체로 거듭날 수 있도록 노력하겠다고 밝혔다.

홍천읍여성의용소방대장으로서 앞으로 지역 내 사회 및 봉사단체와 적극적으로 상호교류하며 그동안 경험했던 여성의용소방 관련업무 노하우를 바탕으로 열정과 최선을 다하여 군민의 생명과 재산보호를 위해 더욱 앞장설 것이라면서 굳은 각오를 다졌다.

지도부

- 1. 예방 홍보반 2. 현장 관리반

※ 조가 편성되어 있는 모든 대원들은 일시불란하게 각자 자신의 역할에서 최선을 다해야 한다는 사상을 규정하고 있다.

홍천읍여성의용소방대원들의 주요 활동내용

- 1) 산불조심 캠페인 참여

매년 봄에는 2월 1일부터 5월 15일까지, 가을철에는 11월 1일부터 12월 15일까지 기간을 산불조심기간으로 지키고 있으며 홍천읍여성의용소방대원은 조를 편성하여 남산, 두개비산 일대를 매일 순찰하여 산불 없는 캠페인과 가두방송으로 활동을 도모하고 있다.

- 2) 코로나19로 주 4회 이상의 방역활동을 지속적으로 실시하고 있으며 2020년 3월부터는 장애인근로사업장에서 마스크제작 도움 봉사활동에 임하고 있다. 최근 들어 매일같이 홍천 버스터미널, 청소년 수련관, 종합사회복지관, 어린이집, 상가, 영화관 등의 방역을 실시하고 있으며 언제든지 방역 요청이 들어오면 곧바로 달려가는 홍천읍여성의용봉사대이다.

- 3) 겨울철을 맞이하여 불조심 강조기간으로 지키고 있으며 11월부터 2월까지의 시내 곳곳을 차

량으로 이동하며 가두방송을 실시하고 있다.

- 4) 매년 11월 김장철을 맞이하여 지역사회 자원 봉사활동 차원으로 사회복지기관 및 각종 사회단체와 연대하여 독거 어르신에게 김장나누기 행사에 동참하고 있다.

- 5) 매월 4일은 안전점검의 날로 지키며 화재예방관련 다양한 홍보활동을 실시한다.

- 가) 집집마다 화재예방 감지기 1개, 소화기1대 보급화를 실시한다.

- 나) 생명을 살리는 소방차 길 터주기! 우리가 실천한다.

- 다) 주택용 소방시설 설치를 통해 안전을 약속한다.

- 6) 2021년 1월부터 홍천읍여성의용소방대원들이 십시일반 성금을 모금하여 지역 내 복지사각지대 및 화재가구에 모금된 성금을 전달한다.

홍천군 지역 주민의 숙원사업인 홍천군-용문면 철도유치사업에 힘을 모으고 있으며 홍천읍여성의용소방대장인(박홍숙) 바쁜 일정에도 불구하고 지역의 안전 지킴이로서 각종 재난현장과 소방정책지원에 앞장설 것이라고 끝맺음을 맺었다.

안태수 기자

(taesu9110@naver.com)



홍천읍여성의용소방대의 조직 및 분장 사항

총무부서무

- 1. 의용소방대의 기획, 운영, 인사에 관한 사항
- 2. 기타, 타부서의 업무에 속하지 않는 사항

보급

- 1. 의용소방대의 경리 및 조달에 관한사항
- 2. 의용소방대의 장비 및 물품 관리에 관한 사항

방호부

- 1. 대응반 2. 구조 구급반



유관기관탐방

홍천군 고혈압·당뇨병 등록교육센터

급속한 고령화에 따른 고혈압·당뇨병 등록관리사업 추진



◇ 홍천 고혈압·당뇨병 등록센터를 책임지는 사람들



◇ 고혈압·당뇨병 안심교육

고위험군 등록관리사업

신규등록환자 상담, 개인별 진료일정안내, 치료 누락자 상담, 상설교육 능력향상 차원의 정보제공을 목적으로 참여 의원과 보건지소를 통해 신규로 등록된 환자가 대상이다. 참여의원과 보건소에 등록된 신규환자에게 서비스 안내 전화를 하며 상담 실패의 경우 전화번호 오류, 거부, 무응답, 미인지로 분류하고 있으며 차후 상담 재시도를 실시한다. 즉, 고혈압, 당뇨병 등록관리 서비스를 통하여 대상자의 의원, 보건지소 방문 및 투약 순응도를 높이고 자가 건강관리 동기를 부여하는 역할을 하고 있다.

또한, 개인별 진료일정을 안내하고, 치료누락자를 상담하며 고혈압, 당뇨병 교육프로그램을 운영하고 있다. 상설교육장에서 만30세 이상의 고혈압, 당뇨병 등록환자 및 교육에 관심 있는 지역 주민을 대상으로 고혈압 교육내용관련을 매주 월요일에는 기본교육을, 화요일에는 심화교육을, 당뇨병 교육내용관련 기본교육은 매주 목요일, 심화교육은 금요일 10시부터 12까지 진행하고 있다. 합병증 예방관리교육도 병행하여 진행하고 있다.

지역사회 예방관리사업, 지역사회 건강 캠페인, 지역 사회순회교육

혈압과 혈당 측정률 및 자기 혈압, 혈장 인지율 향상과 등록대상자 조기발견을 통해 고혈압, 당뇨병 등록관리 차원에서 참여유도를 목적으로 진행하고 있으며 지역사회건강 캠페인도 진행하고 있다. 더불어 지역사회 순회교육도 실시하고 있다.

특화사업 : 심뇌혈관 안심생활터, 유튜브 채널 "혈관이 알고 싶다" 운영

건강취약계층의 "생활터"를 심뇌혈관질환 예방관리체계 기반시설로 구분하고 "복지시설 관리 도우미"로 양성하여 사업과 연계 진행하고 있다. 또한, 경로당 및 생활터를 중심으로 고혈압, 당뇨병에 대한 지속적이고 체계적인 관리를 위해 주기적인 혈압측정 및 교육 등 정보제공을 통하여 자가관리 능력 향상을 꾀하고 있다.

그 밖에도 복지시설 도우미양성 및 보수교육을 진행하고 있으며 유튜브 채널 "혈관이 알고 싶다"를 운영하고 있다.

등록관리 활성화 지원사업 : 유관기관 협력 및 참여유도, 지역사회홍보사업, 직원역량강화

지역사회 참여기관과의 긴밀한 의사소통으로 신뢰감 및 파트너십 구축과 고혈압 및 당뇨병 등록 활성화를 위한 전략공유 및 교류 활성화를 목적으로 한다.

또한, 지역사회 홍보사업으로 소식지 발간, 블로그 및 홈페이지 운영, 등록환자 문자 알림서비스를 하고 있으며 직원들의 역량강화교육 등을 통하여 업무의 효율성 및 능률성을 제고하고 있다.

홍천군 고혈압, 당뇨병 등록교육 센터장인 김춘배 교수는 등록교육센터 사업초창기부터 함께 했던 손효립 팀장 그리고 팀원들과 함께 혼연일체가 되어 홍천군 주민들의 건강 특히 고혈압, 당뇨병 환자들에게 많은 도움이 될 수 있도록 맡은 바 역할에 최선을 다하겠다고 다짐했다.

전소열 기자(silverhong21@naver.com)

고혈압, 당뇨병 등록관리 사업 추진배경
급속한 고령화 진행과 더불어 중증 심뇌혈관 질환 발생의 증가는 조기사망과 직접적인 연관이 있다. 그리고 인구노령화와 평균수명의 증가는 노인의 주요 질환인 심뇌혈관 질환에 따른 의료비 증대 및 조기사망의 주요 원인으로 작용되기도 한다.

세계보건기구(WHO)는 뇌졸중, 심근경색 등 심뇌혈관 질환의 주요 서행질환으로 고혈압, 당뇨병, 비만 등을 비감염 질환으로 지정하고 이에 대한 집중중재를 권고하고 있다.

국내 조기사망의 주원인인 심뇌혈관 질환이 전체 사망원인의 31%를 차지하고 있으며 심뇌혈관질환 사망률은 지속적으로 감소추세에 있지만, 유병율은 증가하고 있어 관련 장애가 증가하고 있다.

홍천군의 주요사망 요인도 26.3%가 심뇌혈관 질환에 기인하고 있으며 이로 인한 사망률이 높은 편이다.

이에 홍천군은 2012년 7월부터 고혈압, 당뇨병 등록관리사업을 통하여 지역사회보건 의료자원을 기반으로 하는 관리체계를 구축하고, 만성질환의 관리 및 예방서비스를 제공하고 있다.

사업목적

이 사업의 목적은 고혈압, 당뇨병의 지속 치료향상 및 적정 관리를 통한 뇌졸중, 심근경색, 만성콩

팻병 발생 시기 지연 및 이환(以還) 기간을 단축하는데 있다.

또한 초고령 사회를 맞이하여 어르신들에 대한 진료비 지원을 통한 해당 진료 분야의 경제적 접근성 향상을 목적으로 한다.

홍천군 고혈압, 당뇨병 등록관리사업

홍천군은 심뇌혈관질환의 예방 및 관리에 관한 법률에 의거하여 2012년 1월 17일 질병관리본부로부터 "고혈압, 당뇨병 등록관리 시범사업"을 유치하여 같은 해 7월 17일 "연세대학교 원주산학협력단"을 민간위탁기관으로 선정하고, 7월 16일 센터 개소식 및 심포지엄을 개최하여 이 사업을 매년 진행하고 있다.

홍천군 등록교육센터는 홍천보건소 건강증진센터 내에 위치하며 김춘배 센터장(연세대학교 원주의과대학 교수)과 손효립 팀장을 비롯하여 간호사, 영양사, 행정요원 등 7명이 함께 근무하고 있다.

홍천군 고혈압 당뇨병 등록현황

동참하고 있는 병의원은 내과 4개소, 가정의학과 4개소를 비롯해 관내 22개 의원이 참여하며 7개 보건지소, 19개 약국이 참여하고 있다. 2021년 1월 현재 질병에 따른 누적 인원이 12,269명으로 목표를 초과 달성하고 있다.

의사의 충실한 도우미, 수술 로봇

인간이 하던 일의 영역을 넘본지 오래된 로봇 고도의 전문적 기술을 필요로 하는 영역까지 확대

구를 잡아주고 콘솔을 통해 전달받은 의사의 수술 동작을 로봇이 따라하도록 한 수술용 로봇이다. 하지만 이는 입체적 영상 전달이 불가능하여 실제 의료에 큰 역할을 하지 못해 생산이 중단되었다.

수술 로봇의 장점과 문제점

수술 로봇은 여러 가지 이로운 점이 있다. 우선 적은 부위를 절개하므로 출혈이나 감염의 위험이 적고 회복이 빠르다. 3D 영상의 지원으로 영상의 정밀도를 기반으로 하여 섬세한 수술이 가능하다. 특히 림프절 절제와 같은 미세한 조직의 수술에 유용하다. 아울러 의사의 미세한 손 떨림을 방지함으로써 안전한 시술을 가능케 하며 개복 수술에 비해 절개 부위가 적으니 흉터가 적은 미용 효과도 있다. 로봇 팔은 상하, 좌우 이동이 자유로워 사람 손으로 도달하기 어려운 곳까지 수술할 수 있어 수술의 완성도가 높다는 이점이 있다. 하지만 현존하는 문제점도 있다. 로봇은 숙련도가 적어 긴급한 수술을 하기 어렵고 의사처럼 장기를 손으로 만질 수 없기 때문에 장기나 종양의 종류를 판별하기 어렵다. 로봇은 기계이므로 인간 의사처럼 힘의 강약 조절에 능숙하지 못하다. 또한 아주 현실적인 문제로 로봇 장비가 고가이므로 그 비용은 환자의 수술비용에 전가된다.

수술 로봇은 아직 인간 의사의 손을 따라가기에는 갈 길이 멀다. 의사가 수술할 때 어시스트 의사와 같이 수술한다. 의사들은 직접 환자를 개복하고 손으로 암을 만지면서 수시로 의사소통을 한다. 이는 응급상황이 발생할 때 언제나 대처가 가능하다. 이러한 일을 로봇은 아직까지는 할 수 없다. 먼 거리에서 원격조종에 의해 수술하므로 감각적으로 대처가 불가능한 까닭이다. 그래도 계속 진화중인 수술 로봇은 실제 의사만큼 능숙해지는 날이 멀지 않은 것 같다.

▶참고 : 네이버 지식백과, 국민일보(2021.10.4.)

김민호 기자(minho215@hanmail.net)



인공 지능과 로봇이 인간의 일의 영역을 넘본 지 오래되었다. 특히 로봇은 그 하는 일도 다양하다. 공장의 로봇, 반려 로봇, 바리스타 로봇, 배송 로봇, 수술 로봇, 심지어는 전투 로봇까지 사람이 수행하는 모든 일에 로봇을 활용한다. 로봇은 이제 우리 삶에 더욱더 자연스러운 존재가 되었다. 발명 초기의 로봇은 주로 사람들이 하길 꺼려하는 힘들고 단순한 일을 맡았는데 이제는 고도의 전문적 기술을 요하는 영역까지 맡을 수가 있게 되었다. 이러한 전문 영역중 하나인 수술 의사를 대신하는 수술 로봇에 대해 살펴보자.

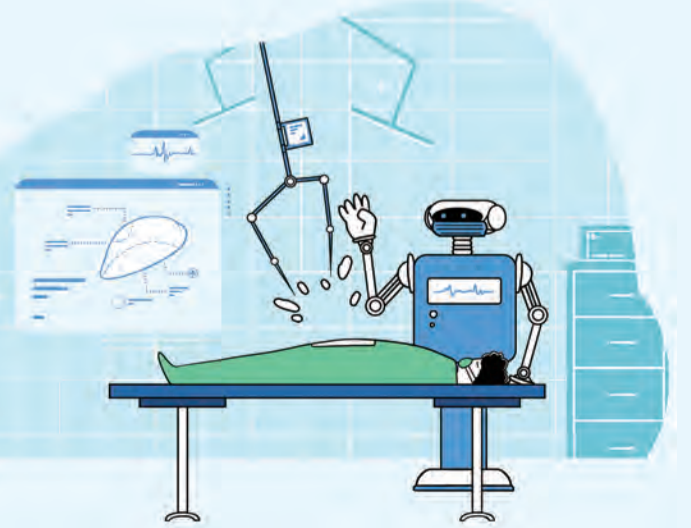
수술 로봇

과거 수술실에서 내시경을 활용하는 것은 획기적이었다. 이는 인체를 절개하지 않고도 특정부위를 관찰하고 검사할 수 있기 때문이었다. 이 내시경이 최근 수술 로봇의 아버지 격이라 할 수 있다. 과학과 기술공학이 발달하면서 첨단 컴퓨터가 사용되고 수술 로봇의 역할이 확대되었다. 로봇은 의료의 중요한 부분을 담당하면서 의사들의 최고 어시스트 의사 역할을 톡톡히 감당하게 되었다. 로봇의 의학 접목은 1990년대 들어 연구가 활발해졌는데 2000년대 들어서는 수술 로봇이 대중화되는 단계에 이르렀다. 특히 '인튜이티브 서지컬(Intuitive Surgical)'사의 '다빈치 로봇 수술기'를 활용한 수술이 활성화되었다. 이는 배꼽

부분에 약 2.5cm 미만의 구멍을 내어 수술함으로써 흉터가 적고 수술 공간과 시야확보가 용이하여 미세하고 정교한 수술을 가능하게 한다. 이 로봇은 외과는 물론 산부인과, 비뇨기과, 심장·흉부 외과 등의 여러 수술에서 이용되고 있고 최소 절개를 통해 복잡한 수술을 수행할 수 있도록 설계되어 있다. 두 부분으로 구성되어 있는데 팔과 몸통으로 이루어진 로봇 카트와 의사가 로봇을 조종하는 수술콘솔이 그것이다. 로봇 카트와 수술콘솔은 전선으로 연결되어 있어 의사와 로봇 사이에 공간이 떨어져 있어도 상관이 없다.

수술 로봇의 종류

수술 로봇은 그 기능에 따라 다양한 역할을 한다. '로보닥(Robodoc)'이란 로봇은 인공관절 삽입시술을 하는데 정교한 뼈의 절삭을 위해 사용된다. 정형외과의 슬관절, 고관절 수술에 사용된다. '올소닥(Orthodoc)'이란 로봇은 CT영상을 바탕으로 재구성한 3개의 영상을 활용하여 환자에게 가장 알맞은 크기, 위치, 각도 등을 설정할 수 있다. '올소닥'은 이를테면 '로보닥'이 시술하기전 영상을 촬영 분석하는 로봇이다. '이속(Aesop)'이란 로봇은 복강경 시술시 의사를 대신해주는 어시스트(보조)의사격이다. 1개의 로봇 팔에 카메라를 연결한 후 카메라의 위치를 의사(시술자)의 명령에 따라 좌우 혹은 상하 조절을 하여 수술 시간의 지연이나 사고 위험성을 줄이는 역할을 한다. '제우스(Zeus)'란 로봇은 원격 수술을 위한 로봇인데 시술자의 양손을 로봇이 대신하여 수술 기



지역탐방

백두대간의 첫 마을 <홍천군 내면>

홍천군 내면 고랭지 채소의 1번지



◇내면 농협



◇내면 농협경제사업소



◇홍천군농업기술센터 내면지소

- 홍천군 내면의 지역 특성

강원도 홍천 내면의 해발 700미터 주변은 계방산, 운두령을 중심으로 오대산, 방태산으로 둘러싸여 있어 산나물을 재배하기에 좋은 환경을 갖추고 있다.

즉, 사방이 산으로 둘러싸여 있어서 지세가 험하며 높고 가파른 지리적 특성을 가지고 있으며 한 여름에도 20도 내외의 서늘한 기온을 유지하고 있어서 고랭지 채소의 주산지로 불려지기도 한다.

홍천군 계방산, 운두령을 중심으로 해발 600~1,000m 고랭지산골노지(지붕으로 덮거나 가리지 않은 땅) 밭에서는 맑은 물과 깨끗한 공기, 비옥한 황토, 지표면의 적당한 온도와 내면지역 농민들의 뛰어난 밭작물 재배기술이 더해져서 운두령 청정채소들이 자라나고 있다.

- 홍천군 내면 고랭지채소 출하를 소개합니다.

주로 쌀, 보리에 버금가는 배추, 무가 서울 가락동 도매 시장에 가장 많이 팔려나가 큰 인기를 끌고 있으며 고품종으로 각광받고 있다.

배추, 무는 비타민 C가 많이 함유되어 있어 김장 김치와 깍두기를 만들 때 사용되는데 한국인에게 없어서는 안 될 식품이다. 가락동 시장에 2020년 기준 배추 2,305차 무 20,449차가 출하하였다.

그 외에 출하된 감자, 고추, 알배기, 호박, 상추, 토마토, 피망, 양배추, 산마늘, 더덕, 적채, 콜랍 기타 등을 재배하여 출하하였다.

배추, 무는 더위에는 자라지 못하고 병 벌레가 많다. 홍천군 내면은 일 년 내내 고랭지 채소를 재배하고 홍천농업기술센터에서 농기계도 지원(대여)해 주고, 고랭지 채소에 관한 연구를 계속하므로 더욱 품질 좋은 고랭지를 주산지로 발전하고 있다.

이광명 기자(shout1700@hanmail.net)



“어르신들의 행복한 삶과 권익 신장에 최선을 다하겠습니다”

**오랜 숙원사업이던 홍천군노인회관 건립 추진 준공
지난 10월 치러진 선거에서 많은 득표로 연임에 성공**



◇대한노인회 제20대 홍천군지회장 선거에서 연임된 이형주 지회장

A: 운동을 무척 좋아합니다. 그래서인지는 몰라도 홍천 테니스회장과 강원도 (전)게이트볼 회장직을 맡고 있습니다. 게이트볼을 즐겨하고 있으며, 국내에서 다수 입상했으며 아시아대회에서 입상 경력도 가지고 있습니다.

Q: 홍천군청 인구통계연보에 의하면 홍천군 노인인구는 2021년 9월말 기준으로 약 34%를 차지하고 있어서 이미 초고령사회로 접어든 지자체로 보이는데요. 홀로 살고 있는 노인들의 수가 점점 많아지고 있어 복지의 사각지대가 우려됩니다. 독거노인들을 돌보는 특별한 프로그램이 있는지요?

A: 206개 경로당을 항시 개방하여 어르신들의 사랑방으로 지낼 수 있도록 하고 있으며, 경로당 회원 및 회장님들께서도 독거어르신을 경로당으로 인도하여 즐거운 생을 보내실 수 있도록 하고 있습니다.

또한 어르신들이 댁에 혼자 계시지 않고 노인일자리사업과 자원봉사활동에도 적극적으로 참여하도록 돕고 있습니다. 또한 경로당 회장님들께서 비상연락망을 가동하여 독거어르신들에게 관심을 갖고 있습니다.

Q: 홍천 노인회의 차원에서 경로당 회원들의 건강이나 오락 기타 취미 등의 프로그램의 지원이 되고 있는지요? 홍천의 읍내와 떨어진 곳에서는 프로그램의 혜택을 제대로 받지 못하는 것으로 알고 있는데요?

A: 저희 지회는 경로당 프로그램 관리사분이 2분이 계십니다. 206개 경로당에 문서 등 회의를 통해 원하는 시기에 프로그램을 신청 적극적으로 참여하실 수 있도록 하고 있으며 프로그램으로는 치매예방 교실운영, 독서미술교실, 기공제조, 건강교실, 한글교실, 스마트폰교실, 컴퓨터교실, 영어교실, 치매예방체조, 몸펴기, 뇌체조, 요가, 토탈공예, 신나는 풍물놀이 교실 등 다양한 프로그램을 시행하고 있습니다.

Q: 끝으로 홍천의 노인회 회원들에게 하고 싶은 말씀이 있는지요?

A: 이번 20대 지회장 선거에서 약속한 공약을 지키며 서울의 경우 65세 이상의 노인들에게 제공하는 노인복지혜택으로 지하철 요금 무임 승차제도가 있지만 아직 홍천은 그러하지 못하고 있어요. 그래서 노인들의 이동권이 자유로울 수 있도록 대중교통 65세 이상 무료 이용과 노인 일자리 원상복구, 경로당 행정 도우미 배치, 맞춤형 식탁 식판 보급, 홍천아산병원 노인 전문 진료실 확충, 경로당회장님들 수당인상 등으로 복지 향상과 권익 신장에 힘쓰겠습니다. 또한, 저희 직원들의 처우 개선을 통해 어르신들을 더욱 정성껏 모시며 서비스를 제공할 수 있도록 최선을 다하겠습니다. 감사합니다.

제 20대 (사)대한노인회 강원 홍천군 노인지회장 선거에서 전임 이형주 회장이 재선에 당선되었다. 지난 10월 6일 홍천 실내체육관에서 치러진 선거에서 연임에 성공한 이형주 홍천군 노인지회장을 찾아 홍천군 노인회의 앞으로의 시책과 노인회의 이모저모를 알아보았다. 다음은 이형주 홍천군 노인지회 회장과와의 일문일답이다.

Q: 제20대 홍천군 노인지회 회장으로 당선되심을 진심으로 축하드립니다. 바쁘신 가운데에도 이렇게 시간을 내주셔서 감사드립니다. 연임하게 되셨는데 전 임기 동안의 업적 평가라고 믿어도 될 것 같습니다. 어떤 공약이 주효해 많은 득표로 당선이 되셨다고 생각하는지요? 그리고 전임 시에 특별한 시책이었다면 무엇을 들 수 있을까요?

A: 저는 2018년 1월 홍천군 노인지회장으로 취임하여 의욕과 열정으로 어르신들의 삶의 질 향상을 위해 노력해 왔습니다.

경로당 회장님들의 원만한 직무수행을 위해 2020년 홍천군의회 제310회 정기 총회에서 봉사료 지급 조례를 제정, 통과하여 올해부터 많은 돈은 아니지만, 월 5만원씩 지급해 드리고 있습니다. 코로나 19로 인해 전임 기간 중 다소 계획에 차질이 생겼습니다. 그러나 나름대로 최선을 다한 결과 홍천지회의 숙원 사업이던 홍천군 노인회관 건립을 43억을 들여 지상 4층 지하 1층 신축건물로

준공해 2020년 1월부터 입주해 현재 사용하고 있습니다. 이 부분이 전 임기 동안에 가장 큰 성과라고 생각이 됩니다.

그 외 강원도 어르신 대회와 강릉 여성수련원에서 5개 시·군 합동 연수에서는 홍천군지회의 주도로 훌륭하게 치르기도 했습니다. 경로당 프로그램 운영비도 2020년에는 3억 8백만을 대폭 확충해 각종 프로그램 사업과 노인대학을 운영했습니다. 60세 이상 취업률 1위라는 성과로 강원도지사 표창장을 받았으며 11년 이상 노인회 발전에 기여한 공로를 인정받아 강원도에서 보건복지부 표창장을 받았습니다.

Q: 홍천군에는 경로당이 얼마나 있으며 노인 인구는 얼마나 되는지요?

A: 현재 홍천군의 10개 읍면에 206곳의 경로당과 회원의 수는 11,806명 입니다.

Q: 연임되셔서 할 일이 많으리라 생각합니다. 건강관리도 잘하셔야 할 것 같은데요? 특별히 건강관리를 위해 좋아하시는 운동이라도 있으신지요? 개인적인 질문입니다만 취미는 무엇인가요?



◇이형주 홍천 노인지회장

흥천강, 길따라 맛따라

분덕스 카페

브런치 카페 “분덕스”



◇분덕스 카페 내·외부 전경

이국적인 느낌으로 신기한 감성이 전해지는 카페 다양한 음료와 브런치 메뉴들 구비

주 소 강원 춘천시 남산면 광관리 794-14
영업시간 오전11시~ 오후10시
(매월 첫 번째 화요일 휴무)
주 차 전용주차장(주차공간 넉넉함)
전화번호 010-3343-5374

흥천에서 더 가까운 분덕스 카페

팔봉산관광지에서 자동차로 5분 거리에 있는 멋진 카페가 있어서 방문해 보았다. 춘천방면 김유정로를 따라 광관양지길로 들어서면 라스베가스 어디쯤에서 본 듯한 이국적인 느낌의 분홍색 외부간판과 빈티지한 빨간 미니자동차가 눈에 띈다. 카페 마당의 널찍한 주차장으로 들어서다 보면 유럽풍 초록문 시야에 들어와 하차하기 전부터 호기심과 설렘으로 마음이 급해진다.

분덕스의 상징 초록문

커다란 초록문 앞에서 인증샷을 남기고 모퉁이를 돌아서면 내부로 들어서는 문이 따로 있다. 카페 입구에 있는 작은 오두막 느낌의 공간에 한쌍의 연인들이 차를 주문해서 가지고 들어가는 모습이 보인다. 매장 안으로 들어서자 높은 층고의 넓은 공간으

로 진열대 양쪽 분위기가 확연히 달랐다. 한쪽에는 커다란 북유럽 느낌의 사슴뿔 헌팅트로피가 멋들어지게 벽을 장식하고, 엔틱 감성의 테이블이나 의자와 소품들이 다양한 디자인으로 구경하는 재미를 더 해준다. 반대편 쪽에는 예쁜 상들리에와 함께 중앙에 놓여진 단체석과 창가에는 작은 테이블이 놓여 있고, 분덕스의 상징인 초록문의 벽면이 상당 내부와 같은 신비감이 느껴지는 공간이다. 카운터 옆쪽으로는 달마시안 분덕이가 나른한 오후를 즐기는 모습도 눈에 들어온다.

다양한 디저트 음료와 브런치 메뉴

메뉴로는 음료의 가격이 4,000원에서 8,500원까지 다양하게 준비되어 있고, 각종 케익과 쿠키가 먹음직스럽다. 브런치 종류로는 라자냐와 파스타 그리고 분덕스의 시그니처 메뉴인 소고기파이 등 대여섯가지의 메뉴가 있다. 우리 일행은 라자냐와 오일파스타, 봉골레 파스타를 주문해서 조금씩 나눠먹었는데 라자냐가 제일 맛있다는 의견이 많았다. 물론 개인 취향에 따라 다르기는 하지만...

붉은 벽들로 쌓아진 성벽

식사를 마치고 내부를 통해서 밖으로 나가보니 분덕스의 진짜 매력적인 공간이 이곳이 아닌가 하는

생각이 든다. 한쪽에는 붉은 벽들로 쌓아 올려진 성벽 건물이 있어서 신전 느낌의 내부공간에 작은 테이블이 벽쪽으로 길게 놓여 있다. 구조물 밖으로 계단을 오르면 성곽 꼭대기에서 내려다보는 듯 분덕스와 잘 어우러지는 산과 들의 풍경이 한껏 여유롭게 펼쳐져 있다.

파라솔 아래 감성 야외취식

붉은 성벽 옆쪽으로는 하얀색 파라솔 테이블이 곳곳에 있어 코로나 시기에 마음 편히 야외취식을 즐길 수 있는 공간이기도 하다. 바깥의 주차장 쪽으로 보여지는 이국적인 철문도 야외테이블의 분위기를 한층 더 살려준다. 야외에서 분덕스 내부로 연결되는 멋들어진 문도 이국적인 느낌으로 신비한 감성이 전해진다.

코로나 시국에 오랫동안 해외여행을 못한 사람들이 유럽풍 분위기를 대리 만족하기에 좋겠다는 생각이 든다. 특히 여성분들이 선호하는 감성 카페의 분위기라서 모든 것이 포토존인 듯 연신 카메라 셔터를 눌러 대는 일행들이 곳곳에서 눈에 띈다.

분덕스의 모색

해가 누엣누엣 기울어가는 늦가을 분덕스의 모색은 또 하나의 장관을 이룬다. 조명등이 하나둘 빛을 발하면서 낮은 산 너머 구름사이로 노을빛이 뿜어져 내리다 마법에 잠긴다. 늦가을, 붉은 단풍에 취하고 노을에 취한 분덕스 다시한번 가고 싶은 곳이다.

조하경 기자(jok9621@daum.net)



노인맞춤돌봄서비스 대상자 어르신 주거환경개선 실시



◇애흥회와 수타사 신도회 회원들



◇주거환경 개선으로 도배하는 모습

홍천군노인복지관 노인맞춤돌봄서비스는 지난 9월 25일 홍천군 내면 창촌리에 거주하고 계신 어르신과 10월 14일 홍천군 영귀미면에 거주하고 계신 어르신을 대상으로 애흥회와 수타사 신도회(회장 오승훈)에서 주거환경 개선활동을 전개했다고 전했다.

9월 25일에 진행되었던 창촌리에 거주하고 계신 박○○ 어르신은 주거위생이 깨끗한 환경에서 생활하고 싶지만 최근 신체건강상태 악화로 인해 처

리할 물건이 있으나 스스로 정리하지 못하여 폐기물, 오염된 벽지, 낡은 장판 사이에서 거주하고 있으며 기초수급비를 받아가며 생계를 어렵고 유지하고 있는 어르신이다.

또한, 10월 14일에 진행되었던 영귀미면에 거주하고 계신 조○○ 어르신은 건강악화로 올해 초부터 계속 치료를 받고 있으나 가족들의 경제적인 도움이 어려워 오래된 도배나 장판, 화장실 문고장 등 불편을 호소하였다.

홍천군노인복지관은 대상자의 사정을 고려하여 사례회의를 진행하였고 수타사 신도회(회장 오승훈) 두 곳을 자원봉사로 연계하여 봉사단체와 대상자가 충분히 의견을 나누는 등, 맞춤형 주거환경 개선으로 도배와 장판 교체를 연계하였고 박○○어르신은 오랫동안 쌓인 폐기물을 처리하였고 냉장고 청소와 식기류 묶은 때 제거를 진행하였으며 어르신께서 오래되어 사용이 어려운 압력밥솥 대신 새 압력밥솥과 식료품을 지원하였고 조○○어르신은 오래된 전선 정리 및 LED전등으로 방과 화장실의 전등을 교체했으며, 화장실 문 수리 등을 전개하였고 어르신이 따뜻하게 겨울을 보낼 수 있도록 난방유를 지원하였다. 주거환경개선 지원 받은 두 어르신은 “최근에 몸도 아픈데 돈이 아쉬워서 병원을 가지 못하고 집을 청소하고 고치는 것은 꿈도 꾸어보지 못했는데 새집처럼 꾸며주고 청소해줘서 감사합니다.”라고 감사인사를 전했다.

홍천군노인복지관 노인맞춤돌봄서비스는 일상생활 영위가 어려운 노인을 대상으로 다양한 맞춤 서비스를 제공하고 있음을 전했다.

인생칼럼



석도익
소설가

‘연탄재 함부로 발로 차지 마라 / 너는 / 누구에게 한 번이라도 뜨거운 사람이었느냐’ / 안도현의 시 연탄 한 장에서 이렇게 표현했다.

가난을 숙명처럼 안고 살아가는 소시민의 삶은 인생막장이라고 부르던 탄광촌까지 흘러가게 되고 식솔의 연명을 하고자 탄광의 지하막장까지 들어가 두더지같이 검은 석탄을 파내야 했다.

수 백 미터 탄광지하막장은 언제 무너져서 생매장을 당할지도 모를 경도를 따라 광부가 목숨을 걸고 들어가 파내는 무연탄, 이것은 수 억 년 전 지각변동에 의하여 고생대식물이 매장되어 화석광물이 되

어 진 무연탄을 캐내는 것이다. 연탄은 무연탄을 주원료로 한 원통 모양의 뿔감이다. 무연탄에 코크스·목탄 가루 등을 섞거나, 석회 등의 점결제를 넣어 기계로 일정한 모양을 만든 뒤 건조시킨 것이다. 연탄은 주로 가정에서 난방용으로 사용했다. 불꽃이 잘 타도록 아래위가 통하는 여러 개의 구멍을 뚫었기 때문에 구멍탄이라고도 하는데 연탄은 크기에 따라 구

섞인 공기를 마시면 중독 상태가 되어 생명에 위협을 줄 수 있다. 아주 오래전에는 부유층이 연탄을 때는 것을 서민들이 부러워했으나, 전기와 유류소비가 늘어나면서 부터는 가난한 집에서 겨울나기에 필요한 연탄이 되어져서 이제는 연탄하면 불우이웃을 연상하게 한다. 소시민들의 애환이 연탄구멍마다 배인 구공탄으로 밥 짓고, 방 덥히고 가족이 모여 정을 나누며, 눈

도 없으니 연탄가스중독에는 동치미 국물이 최고라고 비상식으로 준비해 두던 시절도 얼마 전 달력너머의 일인데, 겨울의 매서운 추위와 연탄의 따듯함이 상반된 따듯함과 슬픔의 자화상이다.

최첨단 로봇에게 일을 시키고 있는 지금에도 기초생활도 어려운 사람들은 구공탄을 들고 빙판길 올라가 방을 데우고, 이웃돕기에 한몫을 하는 구호품으로 따듯한 온정이 나누어지고 있다.

북풍한설에 구공탄은 자신의 몸을 태워 따듯하게 데워진 아랫목자리에 한시도 썩지 못한 구부러진 등을 누이고 편한 잠 이룰 수 있는 베타목이다.

낙엽이 바람에 쓸려가고 앙상한 나뭇가지 찬바람에 흔들리면, 없는 사람들 살기 힘든 추위가 땅과 마음을 얼리는 겨울이 다가온다.

올 겨울에도 까만 연탄을 줄서 나르는 따듯한 사랑에 연탄은행에 온정의 마음으로 연탄이 쌓이고, 예쁜 얼굴들이 골목길에 줄을 서서 새까만 구공탄을 나르며 하얀 웃음으로 행복을 나눌 것이다.

연탄 그 따듯함과 슬픈 자화상

멍의 수가 달라, 구멍 수에 따라 9공탄, 19공탄, 22공탄, 25공탄, 32공탄, 49공탄 등 다양한 크기의 종류가 있다.

연탄은 적당한 모양과 크기를 갖추고 있어 운반과 취급이 편리하다. 또 화력이 좋고 오래 타는 경제적인 이점도 있다. 그러나 탈 때에 일산화탄소 등의 가스와 나쁜 냄새가 나며, 타고 나면 많은 재를 남기는 단점이 있다. 일산화탄소는 인체에 대단히 해로워 0.05% 이상

내린 미끄러운 골목길에 연탄재 뿌리며 이웃과 더불어 살아왔다.

탄광 막장에서 캐내는 무연탄은 탄광촌의 마을까지 까맣게 그려놓고, 막장에서 나온 광부의 까만 모습에 유난히 하얗게 드러나는 이빨이 가슴 아리게 했었는데, 가난했던 지난날 구공탄불 피어오르는 구들장의 따듯함으로 잠이 든 소시민의 목숨을 소리 소문 없이 빼앗아 갔다는 뉴스가 문풍지를 चु게 울리듯 장식하곤 했고, 병원은 멀고 약